

# HELPOSTI SOVELLETTAVAT PELIT

SISÄCURLING • PÖYTÄKEILAILU • PÖYTÄPELI  
PUHALLUSTIKKA • TARKKUUSBOCCIA

PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



# SISÄCURLING

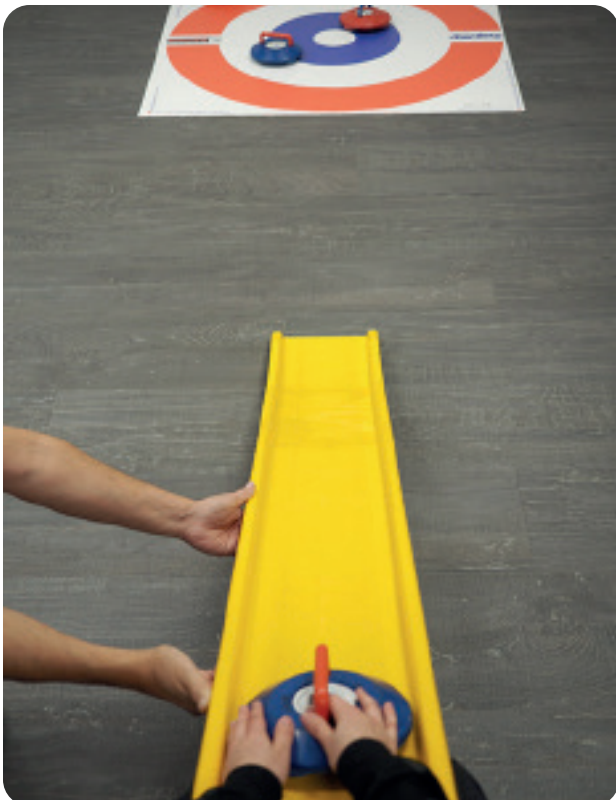
PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



Curling-välineet.



Curling-kiveä voi työntää kädellä tai työntimellä.



Kiven vierittämiseen voi käyttää myös ramppia. Avustaja siirtää ramppia ohjeiden mukaan.

## PELIN IDEA JA TAVOITE

Peli-idea on sama kuin jäällä pelattavassa curlingissa: curling-kiviä liikutetaan kohti maalimattoa mahdollisimman lähelle maton keskustaa.

Peli harjoittaa muun muassa suunnan ja etäisyyksien hahmottamista, voiman säätelyä, tarkkuutta ja motoriikkaa. Curlingin säännöt:

[www.paralympia.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit](http://www.paralympia.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit)

## VÄLINEET

Ylimmässä kuvassa näkyvät pelivälineet:

- curling-kivet eli neljä sinistä ja neljä punaista, laakeroitua kiveä
- curling-matto ja -työnnin
- sekä vieritysramppi.

Käsien toimintakyvystä riippuen pelaaja voi käyttää vieritysramppia kiven vierittämiseen. Magneettitaulu auttaa näkövammaista pelaajaa hahmottamaan pelitilanteen.

## VALMISTELUT JA TURVALLISUUS

Rakenna pelialue tasaiselle ja puhtaalle alustalle, joka on noin 10 metriä pitkä ja 2–3 metriä leveä.

Keskitä curling-matto alueen päähän.

Merkitse heittolinja selkeästi toiseen päähän.

Merkitse 5 metrin päähän heittolinjasta hog-linja.

Se sijoittuu heittolinjan ja maton väliin.

Hog-linja on heittolinjan kanssa samansuuntainen.

Pelikentän kuva on ohjeen lopussa. Jos kivi ei vieritettäessä ylitä hog-linjaa, se poistetaan pelialueelta.

Kaikki pelaajat sijoittuvat heittolinjan taakse. Rajaa pelialue turvallisesti esimerkiksi voimistelupenkeillä.

## PELIN KULKU

Peliä voi pelata 2–8 henkilöä, jotka muodostavat kaksi joukkuetta: punaiset ja siniset.

Oma kivi yritetään saada lähemmäksi maton keskustaa kuin vastustajan kivi.

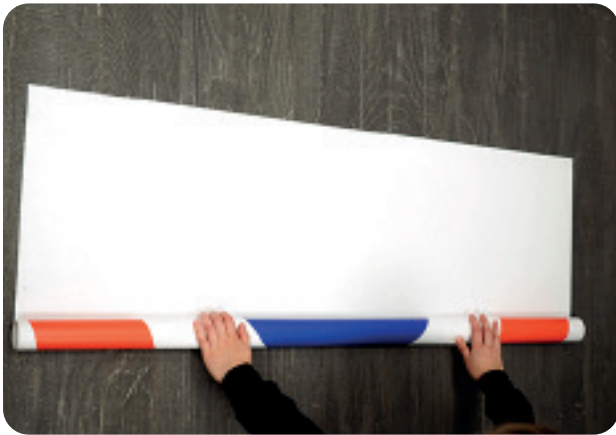
Heittovuoro vaihtuu joukkueiden tai pelaajien välillä jokaisen heitetyn kiven jälkeen.

Kiven on irrottava kädestä/työntökepestä/vieritysrampista ennen heittoviivaa. Mikäli vieritetty kivi ei ylitä hog-linjaa, se poistetaan pelialueelta.

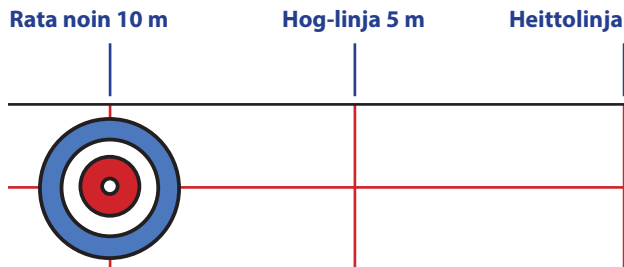
Peliä pelataan kuusi päätä eli erää. Joukkue, jolla on enemmän kiviä lähempänä curling-maton keskustaa, saa pisteen tai pisteitä. Vain toinen joukkue tai pelaaja voi saada pisteitä. Pisteitä saa niistä kivistä,



Kuvassa punaiset voittivat erän 2 – 0.



Pelin jälkeen matto käännetään takaisin rullalle kuvapuoli ulospäin.



### VÄLINEIDEN HANKINTA

Tevella Oy [www.tevella.fi](http://www.tevella.fi)  
 Salsales [www.salsales.fi](http://www.salsales.fi)  
 Piresma Oy [www.piresmanet.fi](http://www.piresmanet.fi)  
 (pöytä- ja asfaltticurling)  
 Martinex Oy [www.martinex.fi](http://www.martinex.fi) (pöytäcurling)



jotka ovat lähempänä maton keskustaa kuin yksikään vastustajan kivi.

Vastustajan ja oman joukkueen kivien kilkkaaminen on sallittua. Seuraavan pään, eli erän, aloittaa aina edellisen erän voittanut joukkue/pelaaja.

Pelin voittaa se joukkue/pelaaja, joka on saavuttanut korkeimman pistemäärän kuudessa erässä.

Tuloksen ollessa tasan pelataan jatkoerä, jonka aloittaa viimeiseksi pisteen saanut joukkue.

Näin saadaan voittaja selville.

### AVUSTAMINEN

Ohjaaja/avustaja avustaa tarvittaessa pelaajaa sijoittumisessa ja rampin paikalleen asettamisessa. Hän tukee ja suuntaa vieritysrampin pelaajan ohjeiden mukaan ja asettaa kiven ramppiin.

Pelaaja päästää kiven liikkeelle. Avustaja toimii selkällä pelikentälle päin eikä osallistu pelin kulkuun. Ohjaaja/avustaja antaa pelaajalle aikaa pelaamiseen ja poistaa pelialueen ulkopuolelle menneet kivet. Avustaja voi antaa äänimerkin näkövammaiselle pelaajalle tähdättävään kohtaan kepillä koputtaen.

Magneettitaulun avulla avustaja voi auttaa näkövammaista pelaajaa pelitilanteen hahmottamisessa. Kivien paikat voi myös piirtää selkään taktiillisesti eli tuntoaistia hyväksi käyttäen. Koholla oleva suuntaviiva ennen heittolinjaa helpottaa heiton suuntaamista. Suuntaviivana toimii esimerkiksi naru teipattuna lattiaan.

### MUUTA HUOMIOITAVAA

Älä heitä kiveä, vaan liu'uta kivi lattiaa pitkin. Jos kivi liikkuu epätasaisesti, niin tarkasta, että pohjan metalliosa on kunnolla kiinni muovikupissa. Ota matto ajoissa pois putkesta ja levitä se lattialle suoristumaan. Älä kiinnitä mattoa lattiaan! Vierityskourun kulmaa muuttamalla voidaan säädellä kiven vierimisopeutta ja -matkaa.

### SOVELTAMINEN

- Kaikki voivat heittää istuen, työntää jalalla, käyttää työntä, ramppeja jne.
- Heittoetäisyyttä voidaan pelaajien ja tilanteen mukaan vaihdella.
- Pelialueen voi rajata esimerkiksi kaadetuilla jumppapenkeillä, jolloin kivet pysyvät pelialueella.
- Curling-maton voit tehdä maalaamalla vahakankaaseen kehäalueet.
- Työntimenä toimii lattiaharja tai varrellinen lattia- tai ikkunalasta.
- Curling-kivinä toimivat sisällä myös pikkuautot. Niillä voit pelata lattialla tai pöydällä.
- Talvella radan voit tehdä jäälle värjäämällä maalialueen mehulla tai vesivärillä. Kivinä toimivat pienet mehukanisterit tai vanhat kahvipannut.

# PÖYTÄKEILAILU

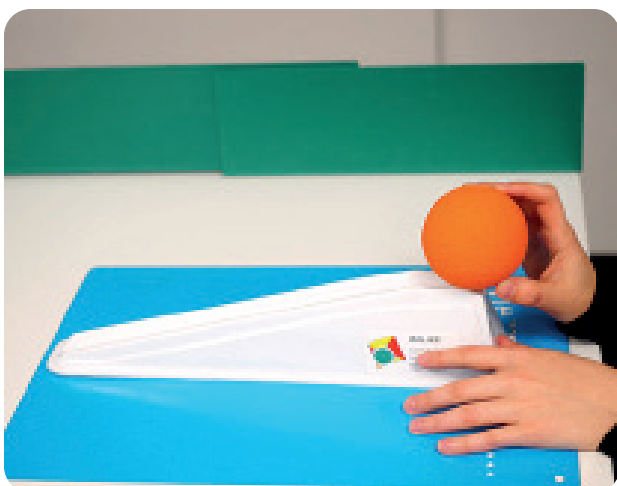
PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



**Pelivälineet: Tasapintainen pöytä, keiloja, pallot, laidat, ruuvipuristimet, portti-merkki ja pöytäkouru.**



**Laidat kiinnitetään pöytään ruuvipuristimilla.**



**Pelaaja voi tarvittaessa käyttää kourua pallon vierittämiseen.**

## PELIN IDEA JA TAVOITE

Pöytäkeilailu on pöydällä pelattava keilailun sovellus. Peli harjoittaa muun muassa keskittymistä ja tarkkuutta.

## VÄLINEET

Tasapintainen pöytä, keiloja, pallot, laidat, ruuvipuristimet, pahvista taitettu portti ja pöytäkouru.

Toimintakyvystä riippuen pelaaja voi tarvittaessa käyttää kourua pallon vierittämiseen.

Magneettitaulu voi auttaa näkövammaista pelaajaa hahmottamaan pelitilanteen.

Huomioi, että selkeä väriero pelialustan ja keilojen välillä helpottaa näkemistä.

## VALMISTELUT JA TURVALLISUUS

Huomioi pelipaikan riittävä valaistus.

Sijoita pöytä niin, että sen pääty on seinää vasten tai kiinnitä päätyyn laita.

Kiinnitä laidat pöydän sivuille ruuvipuristimilla.

Jätä heittopääty avoimeksi.

Varmista, että heittopäädystä pöydän alla on riittävästi korkeutta ja vapaata jalkatilaa henkilölle, joka pelaa istuen.

Merkitse keilojen paikat esimerkiksi teipillä, jolloin keilat on helppo nostaa oikeille paikoille. Aseta taitettu pahvi keilojen eteen portiksi.

## PELIN KULKU

Pelaaja asettuu pöydän heittopäättyyn.

Heittovuoro alkaa, kun portti on nostettu pois.

Pallo vieritetään pöydän pintaa pitkin.

Pelaajalla on käytössään kaksi heittoa kullakin heittokierroksella. Tavoitteena on saada mahdollisimman monta keilaa kaadettua.

Jos kaikki keilat kaatuvat ensimmäisellä heitolla, vuoro siirtyy seuraavalle.

Heittojen välissä portti asetetaan paikalleen ja ensimmäisen heiton jälkeen kaatuneet keilat poistetaan pöydältä.

Kaadettavien keilojen määrää voidaan vaihdella. Jokainen keila on yhden pisteen arvoinen.

## AVUSTAMINEN

Ohjaaja/avustaja avustaa tarvittaessa pelaajaa pelipaikalle asettumisessa ja hyvän peliasennon



**Pallon vierittämiseen voi käyttää myös mailaa.**



**Selkeä väriero pelialustan ja taustan sekä keilojen välillä helpottaa näkemistä.**



**Portti asetetaan paikoilleen heittojen välissä. Kaatuneet keilat poistetaan ja sitten peli jatkuu.**

## VÄLINEIDEN HANKINTA

Tevella Oy [www.tevella.fi](http://www.tevella.fi)

löytymisessä. Avustaja voi myös asettaa vierityskourun paikalleen sekä nostaa tarvittaessa vierityskouruun pallon, jonka pelaaja laittaa liikkeelle. Magneettitaulun avulla avustaja voi auttaa pelaajaa pelitilanteen hahmottamisessa. Keilojen paikat voi myös piirtää selkään taktiillisesti eli tuntoaistia hyväksi käyttäen.

## SOVELTAMINEN

- Voidaan harjoitella keilailun sääntöjä ennen keilahallille menoa.
- Erikokoiset pallot, erikokoiset keilat.
- Keilojen asetelmaa ja välimatkaa toisiinsa nähden voidaan muuttaa.
- Peliä voi pelata ilman laitoja.
- Pelipöydän korkeutta, leveyttä ja pituutta voi vaihdella pelaajien mukaan.
- Pallon kulkua keiloja kohden voi ohjata asentamalla laidat niin, että keilarata kaventuu kohti keiloja.
- Peliä voi pelata myös lattiatasossa, jolloin esimerkiksi kyljelleen käänneyt voimistelupenkit toimivat laitoina.
- Pelaamalla pienemmällä pelipöydällä ja käyttämällä suurempaa palloa voi helpottaa peliä.
- Heittomatkaa pidentämällä saa lisähaastetta peliin.
- Pallon vierittämiseen voi käyttää myös mailaa.
- Sokkokeilailu: keilaa silmät silmälapuilla peitettyinä.
- Kourukeilailu: kaikki pelaajat käyttävät vierityskourua.
- Kouru pysyy paremmin paikoillaan, jos sen alle asettaa liukuesteen.
- Keiloina voit käyttää kevyitä esineitä, kuten wc-paperirullahylsyjä, kertakäyttömukeja, erikokoisia muovipulloja, puupalikoita, erilaisia muovisia leluhahmoja tai tulitikkurasioita.
- Kouruna toimivat erikokoiset halkaistut pahvirullat, muoviputket sekä laudanpätkä tai muu, jota pitkin voi vierittää palloa alas.

# PÖYTÄPELI

PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



**Pelivälineet:** Tasapintainen pöytä, tasareunaiset mailat, palloja, näköeste sekä mailahanska tai elastinen side, jonka avulla maila voidaan sitoa pelaajan käteen.



Laidat kiinnitetään ruuvipuristimilla.



**Tasareunainen maila tukee pallon vierimistä.** Jos pelaaja ei itse pysty pitämään kiinni mailasta, niin hän voi käyttää esimerkiksi mailahanskaa.

## PELIN IDEA JA TAVOITE

Pöytäpeli on sovellus sokkopingiksestä ja pöytätenniksestä. Se on kahden hengen pallopuoli, jossa palloa vieritetään mailan avulla kohti vastustajan maalilinjaa eli pöydänpäätyä. Peli pelataan pöydällä, johon laitetaan sivulaidat. Ideana on saada pallo putoamaan vastustajan maalilinjan yli.

Peli harjoittaa muun muassa reagoit nopeutta, voimansäätelyä ja kädenliikkeiden hallintaa. Sokkopingiksen ja pöytätenniksen säännöt: [www.paralympia.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit](http://www.paralympia.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit)

## VÄLINEET

Pingispöydän kokoinen tasapintainen pöytä, tasareunaiset mailat, erilaisia palloja, laidat, ruuvipuristimet, näköeste sekä mailahanska tai elastinen side, jonka avulla maila voidaan tarvittaessa sitoa pelaajan käteen.

## VALMISTELUT JA TURVALLISUUS

Sijoita pöytä niin, että sen ympärillä on tilaa liikkua ja hyvä valaistus. Varmista, että pöydän päädyssä on riittävästi korkeutta ja vapaata jalkatilaa henkilölle, joka pelaa istuen.

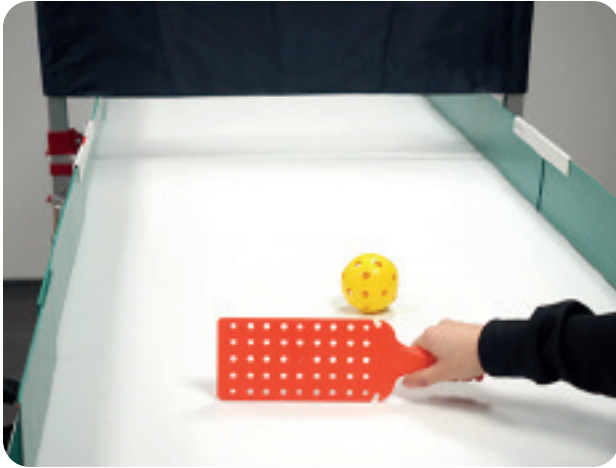
Kiinnitä laidat pöydän reunaan ruuvipuristimilla. Tarvittaessa käytä teippiä apuna, mutta varmista, ettei teippi vahingoita pöydän pintaa. Pelaajan on hyvä käyttää pelatessa hanskaa, joka suojaa kättä pallon osumilta ja pöydän teräviltä reunoilta. Päätyreunat voi tarvittaessa pehmustaa.

## PELIN KULKU

Pelaajat (2) asettuvat vastakkain pöydän päihin. Tasareunainen maila tukee pallon vierimistä pöydän pinnalla. Pallon ei ole tarkoitus pomppia. Pöydän pääty toimii maalilinjana. Jokaisesta vastustajan maalilinjan yli pudonneesta pallosta saa pisteen. Sivulaidan yli lyödyistä pallosta ei tule pistettä, vaan syöttö siirtyy vastustajalle. Pelaajat voivat sopia, mihin pistemäärään asti peli pelataan.

## AVUSTAMINEN

Ohjaaja tai avustaja avustaa tarvittaessa pelaajaa pelipaikalle asettumisessa ja



**Näköeste on pöydän keskellä pystyssä oleva levy tai kangas, jonka alta pallo tai kiekko liikkuu.**



**Peliä voi soveltaa esimerkiksi käyttämällä erilaisia palloja ja mailoja paistinlastoista seinätasoittimeen.**

### VÄLINEIDEN HANKINTA

Tevella Oy [www.tevella.fi](http://www.tevella.fi)

hyvän peliasennon löytymisessä.

Jos pelaaja ei itse pysty pitämään kiinni mailasta, niin hän voi käyttää mailahanskaa tai maila voidaan sitoa elastisella siteellä pelaajan käteen. Jos pallo on pelaajan saavuttamattomissa, avustaja palauttaa pallon peliin.

### MUUTA HUOMIOITAVAA

Pöydät voivat olla hyvin erilaisia. Pöytälevyt ovat eri paksuisia, jolloin tarvitaan erilaisia ruuvipuristimia. Jos pöydässä on sauma, pinnan voi tasoittaa esimerkiksi teippaamalla.

### SOVELTAMINEN

- Peliä voi pelata myös omaa kättä mailana käyttäen tai mailasta voi pitää kiinni kahdella kädellä.
- Pelissä voidaan käyttää erikokoisia tai -painoisia palloja tai kevyttä muovista kiekkoa. Mitä pienempi ja vikkelmämpi pallo, esimerkiksi pingispallo, sitä haasteellisempi pelistä tulee. Pehmeä sählypallo tai softpallo puolestaan liikkuu rauhallisemmin.
- Pelissä voidaan käyttää erikokoisia pöytiä. Esimerkiksi pitkä pöytä vaatii pelaajalta enemmän voimaa kuin lyhyt.
- Pöytä voidaan sijoittaa seinän viereen, jolloin tarvitaan laidat vain toiselle sivulle.
- Pöydän koko ja malli vaikuttavat pelin luonteeseen.
- Maalin leveyttä voi muunnella. Esimerkiksi toisen maalin kaventaminen tasoittaa pelaajien tasoeroa. Kapeampaan maaliin on vaikeampi tehdä maalia.
- Näköeste on pöydän keskellä pystyssä oleva levy tai kangas, jonka alta pallo tai kiekko liikkuu. Näköestettä voi myös siirtää lähemmäksi taitavampaa pelaajaa, jolloin reagointiaika lyhenee ja pelin haastavuus lisääntyy.
- Pöytäpeli toimii sokkopingiksien sovellutuksena, kun pelaajat käyttävät silmälappuja ja palloa, jonka sisällä on äänilähde, kuten kulunen.
- Maaliaukot voi tehdä pöydän jokaiselle sivulle ja pelata nelinpeliä.
- Pelin voi soveltaa myös lattiatasolle, jolloin laidoiksi käyvät kyljelleen käännetty voimistelupenkit.
- Mailana voi käyttää esimerkiksi maalipensseliä, paistinlastaa, alareunastaan tasaiseksi leikattua pingismailaa, seinätasoitinta tai laminaatinpalaa.

# PUHALLUSTIKKA

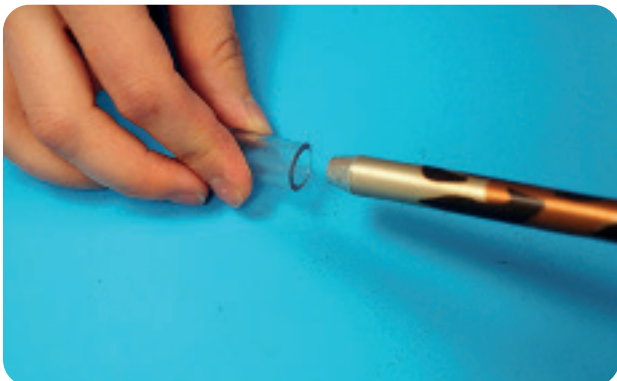
PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



Maalitaulu kiinnitetään esimerkiksi styrox- tai solumuovilevyn päälle.



Pelialueen voi rajata esimerkiksi tuoleilla.



Jokaiselle pelaajalle varataan oma suokappale.

## PELIN IDEA JA TAVOITE

Puhallustikassa puhalletaan tikkoja puhallusputkella tauluun. Pelin tavoite on osua tikalla mahdollisimman lähelle taulun keskipistettä ja saada näin esimerkiksi kolmella tikalla mahdollisimman suuri yhteistulos. Peli harjoittaa muun muassa suun alueen motoriikkaa, puhaltamista, tarkkuutta sekä etäisyyksien ja suunnan hahmottamista. Puhallustikan säännöt:

[www.invalidiliitto.fi/saannot-ja-valineet](http://www.invalidiliitto.fi/saannot-ja-valineet)

## VÄLINEET

Tikat ja puhallusputki. Ison ryhmän käyttöön tarvitaan useampia puhallusputkia. Suokappaleita pitää olla vähintään yhtä monta kuin on pelaajia. Varaa eri rasiat käytetyille ja puhtaille suokappaleille. Maalitaulu ja sen tausta, apupöytä ja tuoli. Turvallisessa puhallusputkessa tikan joutuminen suuhun ei ole mahdollista.

## VALMISTELUT JA TURVALLISUUS

Rajaa alue niin, että kulku pelaajan ja maalitaulun välistä on estetty. Rajauksen voi tehdä sijoittamalla pelialueen seinän viereen ja rakentamalla toiselle sivulle esteen esimerkiksi tuolien, maalien, sermien, patjojen tai verkkojen avulla. Merkitse aloituspaikka selkeästi. Muut pelaajat odottavat vuoroaan puhallusputkea puhaltavan pelaajan takapuolella.

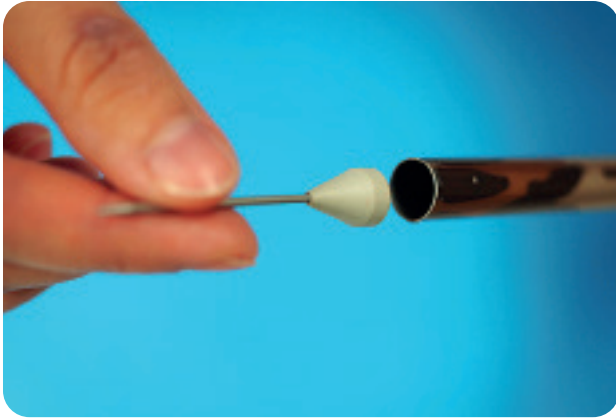
Kiinnitä maalitaulu huokoiselle taustalle. Taustan on oltava materiaalia, jonka tikka läpäisee mutta joka silti suojaa seinää, esimerkiksi styrox-levy tai riittävän paksu solumuovilevy.

Huolehdi, että puhtaat ja käytetyt suokappaleet eivät sekoitu keskenään, esimerkiksi merkitsemällä niille omat rasiat. Valitse puhalletaanko istuen ja/vai seisten. Paikalla on oltava koko ajan tilanteen turvallisuutta valvova ohjaaja.

## PELIN KULKU

Jokaisella pelaajalla on henkilökohtainen suokappale käytössään. Aseta suokappale putkeen. Pudota yksi tikka kanta edellä putkeen niin, että kuuluu kolahdus. Putken toinen pää on kavennettu turvallisiksi,





**Tikka pudotetaan kanta edellä putkeen niin, että kuuluu kolahdus.**



**Varaa rasiat käytetyille ja puhtaille suokappaleille.**

### VÄLINEIDEN HANKINTA

Puhallusputki:

[www.spesiapuoti.fi/product/160/puhallustikka](http://www.spesiapuoti.fi/product/160/puhallustikka)

Puhallustikkasetti:

Keijo Kallunki puhelin 0400 456 109

Suokappaleita voi tehdä halkaisijaltaan 9–10 millimetrin muovi- tai silikoniletkusta. Leikkaa letkusta 3–5 cm mittaisia paloja.

Jousiammunnan maalitauluja saa urheilu- ja aseliikkeistä sekä liikunta- ja leikkivälineitä myyvistä yrityksistä.

joten tikkaa ei voi saada suuhun.

Nosta putki varovasti suuhusi, jotta tikka ei pääse liikkumaan ulos putkesta. Tähtää ja puhalla napakasti. Muista ryhdikäs asento.

### AVUSTAMINEN

Tarvittaessa ohjaaja tai avustaja valmistelee putken sekä tukee ja suuntaa putken pelaajan ohjeiden mukaan.

Ohjaaja tai avustaja seisoo pelaajan sivulla kylki maalitaulua kohti ja tukee putkea kahdella kädellä. Hän antaa pelaajalle aikaa pelaamiseen ja rauhoittaa tilanteen, sekä huolehtii turvallisuudesta ja hygieniasta.

Näkövammaiselle pelaajalle avustaja tai ohjaaja kertoo, mihin suuntaan pelaajan on siirrettävä tähtäystä. Sen voi myös piirtää selkään kellotaulumerkein tuntoaistia hyväksi käyttäen.

### MUUTA HUOMIOITAVAA

Suokappaleet voi puhdistaa desinfioidulla tai keittämällä niitä 5 minuuttia. Kuivata suokappaleet hyvin puhdistuksen jälkeen. Varaa suokappaleita riittävästi.

Puhallusputki kostuu kovassa käytössä. Ison ryhmän käyttöön kannattaa hankkia useampi puhallusputki. Muista pakata putki käytön jälkeen takaisin säilytysputkeen, josta otit sen.

### SOVELTAMINEN

- Puhaltamista voi harjoitella puhaltamalla pillillä lasiin, jossa on vettä.
- Tehtävän vaikeusastetta voi säädellä puhallusetäisyyttä pidentämällä tai lyhentämällä.
- Puhallusputken tukemista ja suuntaamista voi helpottaa käyttämällä apuna esimerkiksi mikrofoninjalkaa tai kameranjalustaa.
- Puhaltaa voi seisten tai istuen.
- Näkövammaista pelaajaa helpottavat maalitaulun selkeämmät ja suuremmat värisektorit.
- Maalitaulun tilalla voi käyttää ilmapalloja, kuvia, tikka- tai dartstaulua tai piirrettyä kellotaulua. Ilmapallot maalitaulussa kertovat puhjetessaan näkövammaiselle pelaajalle osumasta.
- Eri kirjaimia voi laittaa tarralappuihin ja kiinnittää ne tauluun. Puhaltajan tulisi osua viiteen lappuun ja miettiä, saako niistä muodostettua jonkin sanan.
- Joukkuepeli: joukkueen tulos saadaan laskemalla yhteen joukkueen jäsenten tulokset. Joukkueen jäsenten tasoeroja voi huomioida vaihtelemalla pelaajien puhallusmatkaa.
- Peliä voi pelata itseään vastaan tai yrittää saada sama tulos uudestaan.

# TARKKUUSBOCCIA

PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



**Pelivälineitä: sisäcurling-matto, vierityskouru ja boccian sisäpallot.**



**Punaiset johtavat tässä pelitilanteessa 2 – 0.**



**Tarvittaessa apuna voi käyttää vierityskourua.**

## PELIN IDEA JA TAVOITE

Peli on Boccia-tarkkuuspelin sovellus. Tarkoituksena on saada omat pallot mahdollisimman lähelle maalimaton (sisäcurling-matto) keskustaa. Boccian viralliset sisäpallot ovat nahkaiset ja pehmeät. Peli harjoittaa muun muassa tarkkuutta, keskittymiskykyä, voiman säätelyä ja motoriikkaa. Boccia-pelin säännöt:

[www.paralympia.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit](http://www.paralympia.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit)

## VÄLINEET

Palloja on 12 kpl, kahden värisiä, esimerkiksi siniset ja punaiset. Lisäksi maalimatto (=curlingmatto) ja vierityskouru. Toimintakyvystä riippuen pelaaja voi käyttää vierityskourua pallon vierittämiseen. Magneettitaulu auttaa näkövammaista pelaajaa hahmottamaan pelitilanteen.

## VALMISTELUT JA TURVALLISUUS

Aseta tarkkuusmatto lattialle noin viiden metrin päähän heittolinjasta. Merkitse heittolinja teipillä. Kaikki pelaajat sijoittuvat heittolinjan taakse.

## PELIN KULKU

Peliä voi pelata 2 – 12 henkilöä. Pelaajat asettuvat heittolinjan taakse. Pelin aloittaja yrittää heittää tai vierittää pallonsa mahdollisimman lähelle maalimaton keskustaa. Se pelaaja/joukkue, jonka pallo on kauimpana keskustasta, on heittovuorossa.

Pelin voittaa se pelaaja/joukkue, jonka pallo on lähimpänä keskustaa. Voittaja saa pisteen jokaisesta pallosta, joka on lähempänä maalimaton keskustaa kuin vastustajan lähin pallo.

Vasemmalla toisena olevassa kuvassa punaiset johtavat 2 – 0 ja heittovuorossa on musta joukkue. Omien sekä vastustajan pallojen kilkkaaminen on sallittua.

## AVUSTAMINEN

Ohjaaja/avustaja avustaa tarvittaessa pelaajaa sijoittumisessa ja vierityskourun paikalleen asettamisessa. Hän tukee ja suuntaa vierityskourun pelaajan ohjeiden mukaan ja asettaa tarvittaessa pallon vierityskouruun. Pelaaja päästää pallon vierimään. Ohjaaja/avustaja antaa pelaajalle aikaa pelaamiseen.



**Avustaja voi tukea ja suunnata vierityskourua pelaajan ohjeiden mukaan. Pelaaja päästää pallon vierimään, kun on valmis.**



**Muista rullata matto käytön jälkeen kuvapuoli ulospäin ja laittaa se takaisin säilytysputkeen.**

### VÄLINEIDEN HANKINTA

Viralliset bocciapallot, lisätiedot:  
[www.paralympia.fi](http://www.paralympia.fi)

Maalimatot, palloja, vierityskourut, penkit ym.  
Tevela Oy, [www.tevela.fi](http://www.tevela.fi)

Pallot, vierityskourut ym. Piresma Oy  
[www.piresmanet.fi](http://www.piresmanet.fi)

Avustaja voi antaa äänimerkin näkövammaiselle pelaajalle tähdättävään kohtaan kepillä koputtaen. Magneettitalun avulla avustaja voi auttaa näkövammaista pelaajaa pelitilanteen hahmottamisessa. Pallojen paikat voi myös piirtää selkään taktiillisesti eli tuntoaistia hyväksi käyttäen

### MUUTA HUOMIOITAVAA

Ota matto ajoissa pois putkesta ja levitä se lattialle suoristumaan. Älä kiinnitä mattoa lattiaan! Muista rullata matto käytön jälkeen kuvapuoli ulospäin ja laittaa se takaisin säilytysputkeen, josta otit sen.

Vierityskourun pituutta ja kulmaa muuttamalla voidaan säädellä pallon vierimisnopeutta ja -matkaa.

### SOVELTAMINEN

- Heittomatkan pituutta voidaan muunnella pelaajien toimintakyvyn ja tilanteen mukaan.
- Pelaajat voivat myös asettua piirimuodostelmaan maalimaton ympärille.
- Pelissä voi käyttää erilaisia palloja tai hernepusseja. Pallot vierivät eri tavalla materiaalista ja painosta riippuen.
- Tarkkuusbocciata voi pelata myös potkaisemalla palloa jalalla tai työntämällä pallon liikkeelle kouruun otsa- tai suutikulla.
- Maalimatto sopii tarkkuuden yksilöharjoitteluun.
- Pisteytyspeli: maalimaton värialueet pisteytetään ja joukkueiden pallojen pistemäärä lasketaan yhteen. Pistemäärä ratkaisee voittajan.
- Paripeli: Pallo heitetään maalimaton jokaiselle värialueelle sovitussa järjestyksessä. Molemmilla pelaajilla on kaksi yritystä / heittokierros. Pallon on pysähdyttävä sovitulle värialueelle ennen kuin pelaaja voi edetä seuraavalle värialueelle. Pienemmällä heittomäärällä viimeisen värialueen saavuttanut on voittaja.
- Nurkkaboccia: maalialueena voi olla myös kahden seinän tai voimistelupenkin muodostama nurkka. Tavoitteena on saada pallot mahdollisimman lähelle nurkkaa. Pelaaja, jonka pallot ovat kauimpana nurkasta, on heittovuorossa. Voittaja saa pisteen jokaisesta pallosta, joka on lähempänä nurkkaa, kuin vastustajan lähin pallo.
- Maalimaton voi tehdä pahvista, lakanasta tai vahakankaasta maalaamalla tai piirtämällä siihen maalimaton kehäalueet.
- Ulkona maalimaton voi piirtää hiekkaan tai lumeen. Lumessa mehu tai vesiväri näkyy selkeästi.
- Maalimaton muotoa voit muuttaa rajattomasti: sydän, neliö, kolmio, kukka.

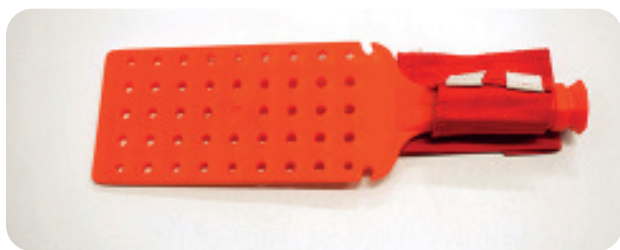
# Mailahanskan käyttö

PELIOHJEET: PARALYMPIAKOMITEA JA MALIKE 1/2020



## 1. Mailahanskan osat:

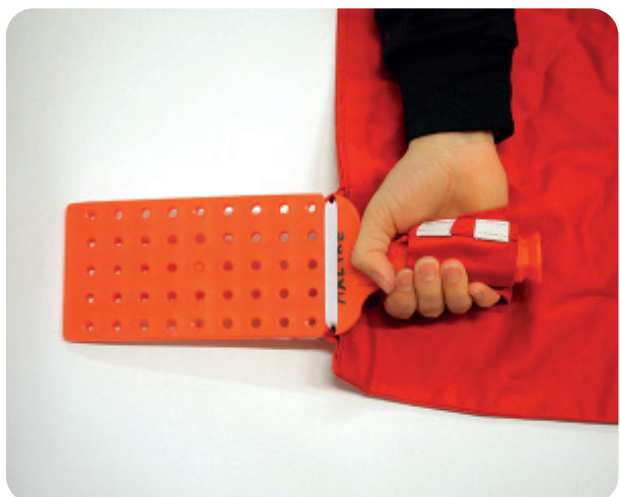
- sormiosa,
- maila
- hanska.



## 2. Kiinnitä hanskan sormiosa tarranauhakiinnityksellä mailaan.



## 3. Pujota sormet sormiosaan. Jo pelkkä sormiosa saattaa antaa riittävän tuen mailan pitämiseen.



## 4. Pujota hanskan kuminauha mailan sivussa oleviin koloihin.

## 5. Näin mailan kädensija asettuu kämmeneen ja mailahanska on kämmenselän puolella.

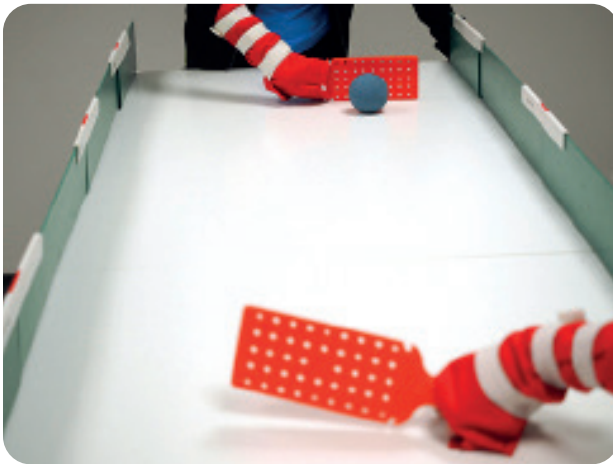


6. Aseta sormet mailan kädensijan ympärille.  
Käännä hanska tukevasti käden ympärille.



7. Kiinnitä tarranauhat.

Voit käyttää tartuntaotteen tukemiseen myös elastista sidettä.



#### VÄLINEIDEN HANKINTA

Tevella Oy [www.tevella.fi](http://www.tevella.fi)